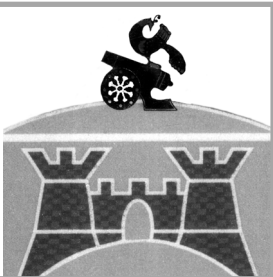


КРАСНИНСКИЙ КРАЙ

№ 84 (11454)
СРЕДА
18 октября
2016 года



Газета выходит с 1 июня 1921 года

Октябрь 2016

	310	172431
	411	18 25
	5 12	1926
	613	2027
	714	2128
1	815	2229
2	916	2330

ПРОЕКТ «ЧИСТЫЙ ГОРОД»

В Краснинском районе прошел субботник

В минувшую субботу в рамках проекта «Чистый город» члены партии «Единая Россия» организовали и провели субботник в поселке Красный. Конечно, сегодня ситуация с уборкой коренным образом отличается от той, которая была несколько лет назад. Субботники стали для нас доброй традицией. Но для того, чтобы навести порядок в поселке, нужно сделать еще очень много. Именно поэтому Краснинское местное отделение партии приглашало всех желающих принять участие в субботнике. Активисты партии рассматривали эту акцию как акт единения жителей в стремлении сделать поселок чище и лучше.



На фото - участники субботника

Активное участие в субботнике приняли депутаты Краснинской районной Думы: Нина Дивинская, Светлана Ярунова, Галина Лавренко, а также депутаты Совета депутатов Краснинского городского поселения: Виктор Москалев, Надежда Алипенкова и Сергей Новиков. Не остались равнодушными к наведению порядка в поселке и работники ООО «Зорька», которые присоединились к акции во главе с директором – Вероникой Моторико. Транспорт

для вывоза мусора был предоставлен директором ОАО «Деметра» – Геннадием Кобяковым. Вместе со всеми уборкой занимался и глава района, секретарь Краснинского местного отделения Партии «Единая Россия» – Игорь Тимошенко.

На собрании членов партии, которое состоялось накануне субботника, Игорь Владимирович отметил, что жить в чистом, благоустроенном поселке – желание и одновременно обязан-

ность всех его жителей: «Мы должны все вместе показать нашу любовь и уважение к родному поселку и как всякий уважающий себя хозяин, старается навести в доме идеальный порядок, так и наш долг сделать поселок чистым и уютным. Работы предстоит немало».

Игорь Тимошенко выразил уверенность, что только вместе, только сообща жители района добьются нужного результата: «Поселок – наш общий дом, и мы вместе отвечаем за чистоту и порядок в нем.

Наша общая задача – сделать максимально все от нас зависящее, чтобы Красный подтверждал свое историческое название. Красный, потому что красивый, прекрасный! Чистый поселок нужен, в первую очередь, нам самим, людям, которые живут здесь!»

Члены партии и депутаты трудились на территории сквера у памятника воинам-танкистам. Несколько десятков мешков опавшей листвы и мусора – результат их плодотворной работы.

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Осенняя призывная кампания стартовала

1 октября в соответствии с Указом Президента в России стартовала осенняя призывная кампания. Осенний призыв продлится до 31 декабря. В Краснинском районе, как и на территории всей России, начала свою работу призывная комиссия. Об особенностях осеннего призыва нам рассказал Владимир Петрович Козлов, начальник отдела военного комиссариата Смоленской области по Краснинскому району.

- Осенью в армию из нашего района отправятся служить 15 молодых людей. Треть из них имеют высшее образование. Я хочу заметить, что сейчас большинство призывников идут служить, имея за плечами среднее профессиональное или высшее образование. Кстати, у призывников с высшим образованием есть возможность, отправляясь в армию, выбрать или срочную службу, или службу по контракту. Минимальный срок

службы по контракту - два года. В прошлом году у нас один из молодых людей уже заключил такой контракт, есть и среди нынешних призывников желающие пройти службу по контракту.

Особо следует сказать о состоянии здоровья наших молодых людей. Конечно, группу «А» - годен к военной службе, абсолютно здоров и не имеет никаких проблем со здоровьем - имеют не все призывники, но за последние годы состояние здоровья юношей, призываю-

щихся на службу, несколько улучшилось.

Нашим юношам предстоит служить на территории Западного военного округа, он включает в себя 26 субъектов Российской Федерации. При распределении призывников в тот или иной род войск проводится серьезный психологический отбор. Все молодые люди, которые находятся в сложном семейном положении, будут проходить службу на территории Смоленской области.

Денежное довольствие военнослужащих остается прежним - 2 тысячи рублей. А вот жены военнослужащих-срочников, имеющих детей, могут рассчитывать на ежемесячное пособие в размере порядка 10 тысяч рублей. Более подробную информацию об этом они

смогут получить в органах социальной защиты населения.

Особенностью нынешнего призыва является тот факт, что уже на сборном пункте все новобранцы будут обеспечиваться персональными электронными картами, которые являются аналогом бумажного военного билета. Прямо на месте призывникам выдадут военную форму, обеспечат горячим питанием и сухим пайком до прибытия в часть.

Наш отдел всегда открыт для родителей призывников, они могут получить подробную информацию о ходе проведения призыва, могут сами присутствовать на призывной комиссии, сопровождать сына до места службы.

Телефоны нашей горячей линии: 4-13-01 - дежурный по отделу ВКСО по Краснинскому



району, 4-12-01 - начальник отдела ВКСО по Краснинскому району, 4-24-42 - начальник отделения (подготовки и призыва граждан на военную службу).

Наши ребята всегда достойно несут высокое знание - Защитник Отечества, я и уверен, что нынешние призывники с честью выполнят свой воинский долг.

Губернатор Алексей Островский провел рабочее совещание членов Администрации Смоленской области

В ходе совещания рассматривался вопрос участия органов местного самоуправления в совершенствовании общей системы обращения с отходами в регионе, в том числе, твердыми коммунальными.

Предваряя обсуждение, Губернатор отметил: «Сегодня нам предстоит рассмотреть вопросы, напрямую затрагивающие интересы всех жителей региона. Мы с вами на протяжении достаточно длительного времени боролись за чистоту одного из муниципальных образований, руководство которого было абсолютно не в состоянии справиться самостоятельно с этой проблемой. И только усилия региональной власти привели к тому, что в данном муниципальном образовании ситуация значительно улучшилась. Но, к сожалению, это муниципальное образование - не одно такое и на сегодняшний день по ряду муниципалитетов есть проблемы».

Напомним, с 1 января этого года внесены изменения в Федеральный закон №89 «Об отходах производства и потребления», призванные навести порядок в сфере вывоза и утилизации бытового мусора. Каждому региону надлежит в срок до 1 января 2017 года выбрать в рамках конкурсной процедуры регоператора, который и будет обеспечивать сбор, транспортирование, обработку, утилизацию, обезвреживание и захоронение твердых коммунальных отходов на территории субъекта в соответствии с территориальной схемой обращения с отходами. Это значит, что регионы должны оперативно определить орган исполнительной власти, уполномоченный в сфере обращения с отходами, разработать территориальную схему обращения с отходами - основной документ, определяющий порядок движения отходов в субъекте: объемы, маршруты, места переработки и захоронения.

«На сегодняшний день нам пока неизвестно, какая организация будет осуществлять функции регионального оператора. Необходимо, чтобы регион прошел все подготовительные этапы работы таким образом, чтобы минимизировать все возможные риски для населения», - подчеркнул Алексей Островский.

Планируется, что регоператор будет отвечать не только за сбор и вывоз мусора на полигоны, но и за содержание контейнерных площадок, доставку ТБО до конечного объекта размещения отходов, включенного в территориальную схему. Алгоритм таков: население и организации заключают договоры напрямую с оператором, а он, в свою очередь, - с предприятиями, которые занимаются сбором отходов, их утилизацией, захоронением и вывозом. Оплачиваться услуги регоператора будут по цене, определенной в пределах утвержденного в установленном порядке единого тарифа на услугу регионального оператора.

Начальник регионального Департамента по природным ресурсам и экологии Роман Захаров



пояснил, что в вопросе определения окончательных критериев по выбору регоператора было много дискуссий на федеральном уровне, после которых вышло Постановление Правительства РФ, определяющее основные и дополнительные критерии, которые каждый регион может учитывать при формировании конкурсной документации.

Исходя из этого, Губернатор дал указание своему заместителю Юрию Пучкову: «Прошу внимательно проанализировать все критерии, чтобы мы защитили себя от недобросовестных участников конкурсных процедур, которые будут проведены. Если Федерация дает нам возможности для принятия собственных решений, в том числе, для защиты интересов субъекта, то нужно максимально их использовать».

Еще один немаловажный вопрос напрямую касается муниципалитетов. Если раньше все полигоны ТБО находились в их собственности, то в соответствии с изменениями в законодательстве все полномочия в области обращения с отходами переходят субъекту, в том числе, и полигоны ТБО. В ходе совещания Алексей Островский обратил особое внимание на работу, проводимую в данном направлении: «Я хотел бы, чтобы Вы, Роман Александрович, проинформировали меня, как у нас сейчас ведут себя муниципальные власти с точки зрения передачи полигонов ТБО на уровень субъекта. Несмотря на неоднократные обращения Администрации региона, до тех пор, пока мне лично не пришлось вмешаться, ряд муниципалитетов не предпринимали ни малейших шагов по передаче полигонов на субъектовый уровень, игнорируя тот факт, что это наша зона ответственности».

Начальник профильного Департамента сообщил, что к настоящему времени четыре муниципальных образования - Демидовский, Новодугинский, Смоленский районы и город Десногорск передали необходимую документацию в Департамент имущественных и земельных отношений. Тогда как Сафоновский, Гагаринский, Рославльский районы пока еще «дискутируют» в вопросе передачи полигонов под юрисдикцию региональных властей.

«Дискуссию здесь быть никак не может. Есть федеральное законодательство и муниципальные власти обязаны его выполнять. Юрий Николаевич (Пучков), сегодня же подготовьте обращение прокурору области за моей подписью в отношении тех муниципалитетов, которые продолжают «дискутировать». Пусть прокуратура им объяснит, если они нас не хотят понимать», - поручил Алексей Островский.

Роман Захаров отметил, что с 1 января 2017 года в связи с введением новой коммунальной услуги по обращению с ТБО будет изменен и порядок расчета размера платы за сбор и вывоз твердых бытовых отходов. С этого момента управляющая компания не вправе взимать с собственников помещений плату за вывоз мусора в составе платы за содержание общего имущества. Сейчас плата за данную услугу определяется в расчете за 1 кв. метр общей площади, занимаемой жильцом в многоквартирном доме. Впредь плата за новую коммунальную услугу будет рассчитываться, исходя из нормативов накопления ТБО на одного человека. А единственной уполномоченной организацией, осуществляющей взаиморасчеты по отходам ТБО, с 1 января станет регоператор.

Игорь АЛИЕВ

Межрайонная ИФНС России №6 по Смоленской области информирует!

Федеральным законом от 23.11.2015 N 320-ФЗ «О внесении изменений в часть вторую Налогового кодекса Российской Федерации» (далее - Закон N 320-ФЗ) в ст. ст. 363, 397, 409 Налогового кодекса РФ внесены изменения в части переноса крайнего срока уплаты физическими лицами транспортного налога, земельного налога и налога на имущество физических лиц с 1 октября года, следующего за истекшим налоговым периодом, на 1 декабря.

Уважаемые налогоплательщики!

УФНС России по Смоленской области сообщает об открытии «горячей» линии для информирования налогоплательщиков по вопросам налогового законодательства, в том числе по вопросам, связанным с рассылкой и получением налоговых уведомлений:

+7 (4812) 20-66-71; +7(4812) 38-63-17

Узнать очередь в детский сад стало проще

С порталом pgu.admin-smolensk.ru процедура получения услуги будет занимать намного меньше времени, чем раньше.

Еще до рождения ребенка будущую мамочку начинают пугать проблемами с устройством ребенка в детский сад. Мол, сначала нужно выстоять километровую очередь, чтобы записать дитя в садик, а потом придется бегать с кипой документов и обивать пороги инстанций, чтобы узнать, когда же, наконец, свершится чудо и этот садик откроет малышу свои двери. На самом деле сегодня такие «страшилки» уже неактуальны. Благо, записать ребенка в садик можно, не выходя из дома, и проверить, как продвигается очередь, тоже, причем с минимальным набором данных. В последнее время смоляне стали жаловаться на то, что невозможно получить сведения о номере в общегородской очереди на портале госуслуг.

Это происходит по причине того, что портал перешел на новую версию и получить сведения об очереди может только тот, кто ставил ребенка в очередь, так как из личного кабинета автоматом «цепляются» данные и узнать очередь в садик может только тот, кто изначально подавал заявление на запись ребенка в учреждение.

Как узнать номер очереди буквально за пару кликов? Заходим на портал pgu.admin-smolensk.ru, на главной странице в правом верхнем углу видим яркий баннер «проверить очередь в детский сад». Нажимаем на него и выбираем кнопку «получить услугу». Здесь у пользователя есть два варианта: в первом случае для проверки очереди необходимо знать фамилию, имя и отчество заявителя (того, кто записывал ребенка в садик) и номер свидетельства о рождении малыша. Во втором - достаточно знать номер, который присваивается каждому заявлению на запись в дошкольное образовательное учреждение. Результат услуги можно увидеть в личном кабинете пользователя, а также выбрать, каким еще способом можно получать оповещение - на электронную почту или как смс-сообщение на телефон. В среднем вся процедура занимает не более пяти минут. В ответе указывается, каким ребенком числится в общегородской очереди, а каким - в выбранных учреждениях, и сколько в списке есть льготников.

Кстати, узнать очередь в садик могут не только те, кто подавал заявление в электронной форме, но и те, кто делал это лично. Во всех случаях для того, чтобы воспользоваться услугой, необходимо иметь подтвержденную учетную запись на портале gosuslugi.ru.



Федеральные средства – на улучшение лекарственного обеспечения граждан

Распоряжением Правительства в соответствии с Планом действий, направленных на обеспечение стабильного социально-экономического развития, в этом году утверждено распределение межбюджетных трансфертов на реализацию отдельных полномочий в области лекарственного обеспечения.

Средства получат 85 субъектов Федерации, в том числе и Смоленщина. Нашему региону выделено более 21 млн рублей.

Принятое решение позволит сохранить достигнутый уровень лекарственного обеспечения граждан, имеющих право на получение государственной социальной помощи в виде набора социальных услуг.

На Смоленщине утвержден новый прожиточный минимум

В соответствии с Постановлением Администрации Смоленской области №595, утвержденным Губернатором Алексеем Островским, величина прожиточного минимума за III квартал 2016 года в расчете на душу населения установлена в размере 10 412 рублей.

Величина прожиточного минимума по основным социально-демографическим группам населения: для трудоспособного населения – 11 222 рубля, для пенсионеров – 8 581 рубль, для детей – 10 151 рубль.

Величина прожиточного минимума – это стоимостная оценка потребительской корзины, включающей минимальные наборы продуктов питания, непродовольственных товаров и услуг, необходимых для сохранения здоровья человека и обеспечения его жизнедеятельности, а также обязательные платежи и сборы.

Прожиточный минимум в регионе предназначен для оценки уровня жизни населения при разработке и реализации областных социальных программ, оказания необходимой государственной социальной помощи малоимущим гражданам, а также формирования бюджета.

Новая величина прожиточного минимума в Смоленской области установлена в соответствии с Федеральным законом «О прожиточном минимуме в Российской Федерации», областными законами «О порядке установления величины прожиточного минимума в Смоленской области» и «О потребительской корзине в Смоленской области».

Звезды реалити-шоу «Дом-2» теперь пьют смоленские соки и морсы

Завод «Белорусская Производственная Компания», расположенный в Краснинском районе, заключил контракт с каналом ТНТ.

Теперь звезды ТНТ с удовольствием пьют смоленские соки и нектары и демонстрируют это по ТВ. «РП»

В Краснинском районе в пожаре погиб мужчина

Пожар произошел 14 октября в начале одиннадцатого вечера.

Очевидцы сообщали, что по улице Заречной в деревне Литвиля Краснинского района произошел пожар. Возгорание случилось в бревенчатом жилом доме. На ликвидацию пожара огнеборцам понадобилось больше часа. При разборе и проливке конструкции было обнаружено тело мужчины, хозяина дома 1957 года рождения. В результате случившегося уничтожена кровля, строение выгорело изнутри по всей площади.

Причина пожара - неправильное обустройство твердотопливной печи.

С начала текущего года на территории Краснинского района произошли 18 пожаров, в них погибли 5 человек.

Дискуссия «Жизнь прекрасна, не рискуй напрасно!»

10 октября в читальном зале Краснинской центральной детской библиотеки для учащихся 6-х классов Краснинской средней школы сотрудники провели дискуссию «Жизнь прекрасна, не рискуй напрасно».

Шестиклассникам был показан фильм о вреде употребления табака, наркотиков и других психоактивных препаратов.

Из фильма ребята узнали об ужасных последствиях употребления наркотиков, алкоголя, табака. Они выяснили, что в табачном дыме находятся более четырех с половиной тысяч ядохимикатов (намного больше, чем в выхлопных газах автомобиля). За год в легких курильщика скапливается почти один стакан смолы. Курение — причина хронических заболеваний, таких как: рак, слепота, инфаркт, инсульт. Также ребята узнали, что при употреблении 100 граммов алкоголя безвозвратно гибнет несколько тысяч клеток головного мозга. Алкоголь разрушает клетки сердечной мышцы, сердце покрывается жиром, образуются тромбы.



Мальчикам и девочкам рассказали, что наркотиками человек попросту подписывает себе смертный приговор. Под постоянным воздействием наркотических веществ он становится более грубым, утрачивает родственные, дружеские и другие социальные связи, теряет практически все культурные и моральные ценности. Средняя продолжительность жизни такого наркомана не достигает до 30 лет. Человек погибает от передозировки, от инфекционных заболева-

ний, от цирроза печени, дистрофии клеток сердца.

После показа фильма была проведена дискуссия. В ходе общения ребята приводили аргументы и факты о здоровом образе жизни, размышляли о вреде наркотиков, табака и алкоголя. По мнению организаторов мероприятия и его участников, основная цель — формирование представлений о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни — была достигнута.

<http://krasny.library67.ru>

ИТОГИ

За 9 месяцев 2016 года на территории Краснинского района зарегистрировано 8 дорожно - транспортных происшествий, в которых 2 человека погибли и 6 получили ранения различной степени тяжести. За аналогичный период прошлого года было зарегистрировано 11 ДТП, в которых погибли 2 человека и 16 пострадали.

Анализа аварийности на дорогах района

Статистика показывает, количество учетных ДТП (в которых пострадали люди) снизилось на 27,2%, по сравнению с АППГ (аналогичный период прошлого года) (с 11 - 2015г. до 8 - 2016г.), количество погибших в них людей не изменилось, по сравнению с АППГ (с 2 - 2015г. до 2 - 2016г.), количество получивших ранения снизилось на - 62,5%, по сравнению с АППГ (с 16 - 2015г. до 6 - 2016г.). Тяжесть последствий составляет 25 погибших на сто пострадавших АППГ - 11.11 (Смоленская область данный показатель - 10,03%). (АППГ-10.75%).

На дорогах, проходящих через Краснинский район, зарегистрировано 4 учетных ДТП, в которых 4 человека получили ранения. Один из пострадавших - водитель одного из транспортных средств - находился в состоянии опьянения. АППГ на дорогах, проходящих через Краснинский район, зарегистрировано 6 ДТП, в которых погиб 1 человек и 11 человек получили ранения различной степени тяжести.

В пгт. Красный зарегистрировано 1 учетное ДТП, в котором 1 человек получил ранения, за АППГ зарегистрировано 1 ДТП, в котором 1 человек получил ранения, тяжесть последствий составляет 0 погибших на 100 пострадавших.

На федеральной а/д М-1 Москва-Минск зарегистрировано 3 дорожно-транспортных происшествия, в которых погибло 2 человека, один получил ранения. За АППГ зарегистрировано 4 ДТП, в которых погиб 1 человек и 4 получили ранения различной степени тяжести. Тяжесть последствий составляет 66 погибших на сто пострадавших (Смоленская область данный показатель - 10.03%). (АППГ-10.75%).

Проведя анализ аварийности на дорогах района, мы можем сделать вывод, что самыми аварийно-опасными днями недели нужно считать понедельник, вторник, субботу. А самый опасный промежуток в течение суток - период времени с 8 до 12 и с 20 до 24 часов.

Какие условия чаще всего способствуют совершению дорожно-транспортных происшествий? Это, прежде всего, отсутствие горизонтальной и вертикальной разметки, недостаточное освещение улиц.

Проблема безопасности дорожного движения в наше время является весьма острой. Грубейший вид нарушения правил дорожного движения - управление автомобилем в состоянии опьянения. Оно влечет за собой наиболее тяжкие последствия. Водитель в таком состоянии воспринимает ситуацию на дороге иначе, хуже контролирует дорогу и автомобиль или не контролирует вовсе.

К сожалению, многие такие выезды заканчиваются настоящей трагедией. Для того, чтобы привлечь внимание водителей к этой острой проблеме - пьянство за рулем, сотрудники Госавтоинспекции еженедельно проводят «сплошные проверки», в ходе которых проверяют водителей и пресекают серьезные нарушения правил дорожного движения. Основная задача инспекторов в этот момент - не допустить управления транспортными средствами в состоянии алкогольного либо наркотического опьянения, а также исключить грубые нарушения правил дорожного движения на дорогах Смоленской области.

Уважаемые граждане! Если вам станет известно о выезде или движении водителя на автомобиле в состоянии опьянения, незамедлительно сообщите данную информацию ближайшему наряду дорожно-патрульной службы или в дежурную часть отделения полиции по «Краснинскому району» по телефонам: 8(48145) 4-14-33 или 02.

Начальник ОГИБДД
Межмуниципального отдела
МВД России «Руднянский»
капитан полиции А.Н. ЕГОРОВ

Живи лес!

С 1 сентября по 31 октября Федеральное агентство лесного хозяйства проводит Всероссийскую акцию «Живи лес!». Наша область располагает колоссальными лесными ресурсами, которые способствуют созданию здоровой экологической обстановки в нашем регионе и по праву являются значимой статьей экономики, служат ее гордостью и достоянием.

Акция по восстановлению лесов проводится с целью привлечения внимания общественности к проблемам сохранения, восстановления и приумножения лесного богатства страны. Она включает в себя мероприятия по посадке деревьев на землях лесного фонда и населенных пунктов, очистке лесов от мусора, проведение публичных лекций, посвященных воспроизводству лесов и лесоразведению.

Краснинский район вот уже несколько лет подряд принимает в этих мероприятиях активное участие. В этом году мы посадили более 3000 моло-



дых саженцев ели на площади 0,8 га. Провели в Гусинском уч.лесничестве ТОО «Березино» в квартале 10 уборку леса от захламливания

Организовали лекцию в Краснинской средней школе, в ходе которой специалист лесного хозяйства не только рассказала об акции и ее значимости, но и поделилась со школьниками особенностями работы по сохранению и воспроизводству лесов. Агитировала учеников в дальнейшем посвятить свою трудовую деятельность отрасли лесного хозяйства. К сожалению, не только в нашем Краснинском лесничестве, но и

практически по всей области чувствуется кадровый голод - не хватает специалистов в лесном хозяйстве.

Мы будем рады если каждый житель района примет участие в акции и окажет личную помощь в уборке, благоустройстве и восстановлении лесов и парков родного края, поскольку такая инициатива прибавляет шансов сохранить главное сокровище человечества-уникальную экосистему нашей планеты.

О.Г. СИДОРЕНКОВА,
зам.директора
лесничий
Краснинского лесничества

ЗДОРОВЬЕ

Эпидемия гриппа нам пока не грозит

За период с 3 по 9 октября 2016 года в Смоленской области и в областном центре сохранялась неэпидемическая ситуация по респираторным инфекциям, уровень заболеваемости, соответственно, на 1,4% и на 4,7% ниже эпидемического порога.

В результате лабораторного обследования больных (11) выявлены возбудители риновирусной инфекции (4).

По результатам ежедневного мониторинга хода вакцинации против гриппа число привитых на 12 октября 2016 составляет более 285000 человек (30,4% от численности населения), в том числе более 31000 детей.

Из других источников финансирования привито более 6000 человек.

За период, прошедший с начала прививочной кампании, поствакцинальные осложнения, связанные с введением вакцин против гриппа, не регистрировались.

Управление Роспотребнадзора по Смоленской области напоминает, что продолжается проведение прививочной кампании против гриппа среди детского населения. Вакцинация является специфической и наиболее эффективной мерой профилактики гриппа. Рекомендуем не лишать своих детей защиты от данного инфекционного заболевания и минимизировать негативное влияние очередной волны гриппа на их здоровье.

В Управлении Роспотребнадзора по Смоленской области организована информационная работа с населением по вопросам вакцинации против гриппа по телефонам: (4812) 30-47-98, 30-47-96.

<http://67.rospotrebнадзор.ru>

БАБУШКИНЫ СЕКРЕТЫ

Основные заповеди на пути к долгой и здоровой жизни!

Секреты долголетия

Секреты долголетия полезно узнать у стариков, которые сохранили до старости крепкое здоровье, ясный ум и по-прежнему полны идей и энергии. Какие привычки для них естественные, каким правилам они следуют всю свою жизнь?

Вот некоторые «бабушкины секреты» для долгой и здоровой жизни.

Правило один раз в день

Один раз в день потеем. Все опрошенные долгожители заявили, что, по меньшей мере, 1 раз в день они сильно потели – во время быстрой ходьбы, бега, рубки дров, танца или работы в саду или огороде.

Один раз в день испытываем голод. Не нужно спешить перекусить, если не чувствуете голода. Не обязательно питаться строго по часам. Важно хотя бы один раз в день хорошо проголодаться. Лучше всего аппе-

тит разгуляется после прогулки на свежем воздухе или работы в саду.

Один раз в день физически устаем. Неподвижность — суть смерти, движение — суть жизни. В каждом возрасте свои возможности для физического труда, занятий физкультурой, прогулки. Для кого-то работать целый день на даче вполне по силам, кому-то помыть пол трудно, но обязательно нужно сделать то, что нелегко, от чего вы устаете физически.

Правило регулярности

Улыбаться. Хорошее настроение способствует сохранению здоровья в душе и теле. Ссоры с родственниками и соседями, драмы в телевизоре, переживания по пустякам приводят к болезням сердца и проблемам с нервами и сосудами.

Употреблять «живые» кисломолочные продукты. Готовить самостоятельно простоквашу, домашний творог или йогурт из цельного молока и питаться этими продуктами.

Ограничивать потребление сладостей, соли, жирного, спиртного. Сладости и жирная пища заставляют набирать вес, что вредно для здоровья. Соль повышает давление, спиртное вредно для печени и мешает организму усваивать витамины. Полностью ограничить спиртное врачи не рекомендуют. Наиболее здоровый вариант – красное вино. В небольших дозах оно полезно для сердца.

ПРОДАЖА
Продается однокомнатная квартира в п.Красный с индивидуальным отоплением, все удобства. Телефон: 8-920-669-72-16.

Продается комната в п.Красный. Телефон: 4-24-19.

Продам автомобили Шевроле Лачети и Опель Корса 2008 г.в. Телефон: 8-920-663-66-99.

Продается телятина и свинина, картофель крупный синеглазка. Телефон: 8-920-669-53-45.

Продается картофель крупный, семенной, мелкий (синеглазка, журавинка). Возможна доставка. Телефон: 8-910-785-95-42.

Продается уголь. Телефон: 8-952-999-21-36.

Закупаем черный, цветной лом. Дорого. Телефон: 8-920-311-91-14.

Доставка песка, щебня, земли, навоза. Услуги экскаватора. Телефон: 8-910-715-47-27.

Доставка: пеноблоки. Телефон: 8-952-993-22-50.

ТРЕБУЕТСЯ
Гусинской крутильной фабрике требуется бухгалтер. Телефоны: +7-916-338-93-48, 8-910-780-35-01.

КонсультантПлюс - всё нужное БУХГАЛТЕРУ в одной системе!

КонсультантПлюс - самая популярная справочная правовая система (по исследованию ВЦИОМ 2015 г.)

Демо версия БЕСПЛАТНО (4812) 63-77-78

По дороге Павлово-Красный утерян брезент. Прошу вернуть за вознаграждение. Телефон: 8-915-657-79-91

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Безопасные рецепты от кашля для детей

- * Сварить 1 картофелину, 1 головку лука, 1 яблоко в одном литре воды на медленном огне до тех пор, пока количество воды не станет примерно вдвое меньше. Получившийся отвар теплым давать детям по 1 ч. ложке 3-4 раза в сутки.
- * Свежий выжатый капустный сок с добавлением сахара 1:1 полезен как отхаркивающее при кашле. Хорошо действует также отвар капусты с добавлением меда в той же пропорции.
- * Вскипятить 1 ст. ложку сосновых почек в 1 стакане воды и настаивать около 30 мин., процедить. Принимать по 1-2 ст. ложки 3-4 раза в день.
- * Мед и оливковое масло. Смешать в равных пропорциях натуральный мед и теплое оливковое масло. Давать детям по чайной ложке 4-5 раз в день. Средство эффективно даже при лечении коклюша.

(Перед применением необходимо проконсультироваться со специалистом).

ХОЗЯЙКАМ НА ЗАМЕТКУ

ЧЕМ ЗАМЕНИТЬ МАЙОНЕЗ

Если по каким-либо причинам вы не употребляете майонез, ему найдется достойная замена - это соус, который не уступает майонезу, а наоборот, более полезен.

Заменяем майонез на соус:

- 3 ст ложки оливкового масла
- 1 ст ложка лимонного сока или яблочного уксуса
- 1 ч ложка горчицы
- 7 ст ложек сметаны, соль и перец - по вкусу.

Приготовление:

1. Смешиваем до однородной массы масло, лимонный сок, горчицу, соль, перец.
2. Добавляем сметану и перемешиваем.

Подходит ко всем салатам, где требуется майонез. Можно мазать на бутерброды.

КРИМИНАЛЬНАЯ ХРОНИКА

За период с 3 по 17 октября на территории поселка и района произошли следующие происшествия:

3 октября в отделение полиции поступило сообщение жителя поселка Красный о том, что к нему в дом, взломав дверные замки, проник неизвестный. Проводится проверка.

4 октября на АЗС ВР, расположенной на автодороге Москва - Минск, произошло техническое ДТП, пострадавших нет.

4 октября в деревне Шеровичи местная жительница пошла в лес за грибами и заблудилась. В тот же день потерявшаяся была найдена.

В ночь с 4 на 5 октября в здании хлебозавода в поселке Красный было разбито окно и похищено имущество. По данному факту возбуждено уголовное дело.

6 октября сотрудниками ГИБДД был задержан житель поселка Красный, который управлял автомобилем, находясь в состоянии алкогольного опьянения, будучи уже лишенным права на управление за аналогичное правонарушение. По данному факту возбуждено уголовное дело.

7 октября в отделение полиции обратилась жительница поселка Красный с заявлением о том, что муж нанес ей телесные повреждения и угрожал убийством. Проводится проверка.

7 октября поступило заявление жительницы поселка Красный о том, что у нее из дома пропали золотые украшения и деньги в сумме 7000 рублей. По данному факту возбуждено уголовное дело.

8 октября в отделение полиции обратился житель поселка Красный с заявлением о том, что у него были украдены сотовый телефон стоимостью 13000 рублей и деньги. По факту кражи возбуждено уголовное дело.

9 октября в деревне Волково произошло техническое ДТП, пострадавших нет.

10 октября в деревне Липово на автостоянке произошло техническое ДТП, пострадавших нет.

10 октября в поселке Красный, на центральной площади, произошло техническое ДТП, пострадавших нет.

12 октября в Краснинскую больницу обратилась жительница поселка Красный с телесными повреждениями.

13 октября в деревне Прохладное по улице Липовой произошло возгорание деревянного сруба. По факту пожара проводится проверка.

14 октября в деревне Литвяля на улице Заречной сгорел жилой дом. В огне погиб хозяин дома, мужчина 1957 года рождения.

15 октября на автодороге Москва - Минск в районе АЗС Лукойл была совершена кража груза из машины. По данному факту проводится проверка.

15 октября в Краснинскую ЦРБ обратились житель города Смоленск и житель деревни Волково с телесными повреждениями. Проводится проверка.

15 октября поступило сообщение от жительницы деревни Гусино о том, что у нее пропали 5 индоуток.

16 октября в поселке Красный на улице Ленина произошло ДТП. Легковой автомобиль совершил наезд на велосипедистку, женщину 1954 года рождения. Пострадавшая не госпитализирована, проводится проверка.

17 октября в отделение полиции поступило заявление главы муниципального образования Гусинского сельского поселения о том, что возле школы в деревне Гусино украли 2 дорожных знака. По данному факту проводится проверка.

Оперативный дежурный В. С. ЗОЛОТАРСКИЙ

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

10 советов по использованию соли и соды

Обычная соль и сода незаменимы в хозяйстве не только при приготовлении пищи.

- К примеру, в соленую воду можно положить на четверть часа только что выстиранные махровые полотенца - они станут мягкими и пушистыми.
- Если вы пролили чернила на ковер или палас, сразу же посыпьте пятно толстым слоем соли: оно впитает в себя чернила, пятно отойдет.
- У вас в доме или на даче есть печь, камин? Чтобы сырые дрова поскорее разгорелись, можно посыпать их щепоткой крупной соли.
- Соль хорошо снимает неприятный запах рыбы, лука, чеснока: чтобы избавиться от него, потрите руки солью, а затем вымойте с мылом.
- Существуют три разновидности соды: пищевая, стиральная, каустическая. Их различие - в щелочной активности. Самой слабой считается пищевая сода. Как правило, она кладется в тес-

то, кондитерские изделия и некоторые другие пищевые продукты. Но ее используют иногда и в других целях. Например, для стирки шерстяных и шелковых изделий, не выдерживающих воздействия сильных щелочей.

- Полоски бумаги на окнах легко снимаются, если предварительно их смочить теплым раствором пищевой соды (1 чайная ложка на 1 литр теплой воды).
- Кастрюлю, в которой что-то пригорело, легко очистить, прокипятив в ней воду с пищевой содой (1-2 столовые ложки).
- Осадок из носика заварочного чайника можно удалить, налив в него на 2-3 часа горячий содовый раствор (1 чайная ложка на стакан воды). Затем трижды прополоскать горячей водой.
- Подпалины от утюга на шелке удаляются кашицей из соды. Ее наносят на пятно, дают высохнуть и счищают щеткой.
- Мозоли на руках можно удалить с помощью теплых содовых ванночек, если делать их 2-3 раза в неделю (1 столовая ложка на 1 литр воды).

vk.com.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

ЧЕРНАЯ СОЛЬ

Черная соль для многих продукт неизвестный. Но такая соль заслуживает вашего внимания.

Черная соль богата йодом, калием, серой, железом и другими микроэлементами. Кладется абсолютно во все блюда, куда кладется обычная соль. Достоинством является свойство регулировать пищеварение и не так сильно как обычная соль задерживать в организме воду. В природе черной соли не существует, но люди научились делать ее сами. Такой, казалось бы, странный обычай делать черную соль из белой существовал когда-то у коренных жителей Костромской области России. В некоторых местах он сохранился до сих пор. А готовят ее просто. Берется обычная соль крупного помола, в нее добавляется замоченный в воде ржаной хлеб. Все это перемешивается. Потом смесь заворачивают в тряпицу и кладут в русскую печь или в костер на горящие дрова. После того как смесь обуглится, ее толкут и просеивают. Черная соль готова. Можно брать и солить продукты перед едой. Вот еще пример из другого источника: «Черная - значит чистая. В старину на Руси существовал обычай - приготовления черной соли. Соль обжигали в русской печи с добавлением квасной гущи, капустных листьев, ржаной муки, рецептов было много, но суть осталась одна: соль готовили перед Пасхой в «чистый» четверг и в Пасху святости ее вместе с куличами. Пасхальный стол был не полон, если не было на нем черной «четверговой соли». Этот обычай сохранился на севере Костромской области - там до сих пор старожилы употребляют черную соль в пищу. Проведенные исследования показали, что в результате обжига в черной соли по сравнению с обычной поваренной в десятки раз уменьшается количество тяжелых металлов, понижается содержание хлора - это как раз те примеси, из-за которых обычную соль называют «белой смертью». Черная соль не только полезна, она обладает необычным вкусом и ароматом. Продукты, приготовленные с черной солью приобретают неповторимый вкус.»

<http://www.povarenok.ru>

В субботу на рынке п. Красный будут продаваться белорусские куры. Реклама

Улыбнитесь

- Вчера наш начальник на работе проводил соревнования среди работников офиса по пасьянсу «Косынка».
- Ну и какие же были призы, кто выиграл?
- Победителя уволили с работы.

Зима. Ползет улитка по вишневому дереву. Червяк у нее спрашивает:

- Сейчас ещё холодно, еще нет ягод, зачем ты ползешь на это дерево? А она и отвечает:
- К лету как раз доползу.

- Мы забираем вашу стиральную машину в ремонт!
- Мама, за вами пришли!

Разговаривают два отца:

- Ну, как теперь дела у твоего сына в школе?
- Уже лучше. Но на родительские собрания хожу пока под чужим именем.

В магазине:

- У вас есть сыр «Рокфор»?
- А что это такое?
- Сыр с плесенью.
- Сыра нет, но есть колбаса «Рокфор», беляши «Рокфор» и селедка «Рокфор».

Еда не приходит одна! Она приходит вместе со сном, ближе к вечеру.

Если вам долго не звонят родственники или друзья, значит у них все хорошо.

Продавцы на рынке умеют делать рекламу:

- Купите куртку! Последняя коллекция, только что поступили! И очень прочные! Я сама такую четыре года ношу!

<p>Учредители: Аппарат Администрации Смоленской области, администрация МО «Краснинский район» Смоленской области, Краснинская районная Дума МО «Краснинский район», СОГУП «Редакция газеты «Краснинский край». Зарегистрирована 15 мая 2007 года. ПИ № ФС1-80351С.</p>	<p>«КРАСНИНСКИЙ КРАЙ» АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ: ПИШИТЕ: 216100, п.Красный, ул. Кирова, 4. ЗВОНИТЕ: 4-18-88 - РЕДАКТОР, ФАКС: 4-17-75, - БУХГАЛТЕР.</p>	<p>Главный редактор ПРОСКУРНИНА М.Г.</p>	<p>Газета «Краснинский край» зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Центральному федеральному округу Время подписания номера в печать по графику 16.00 Фактически подписан в 16.20 Номер набран и сверстан в редакции газеты «Краснинский край».</p>
<p>Авторы опубликованных материалов несут ответственность за точность приведенных фактов, сведений, цитат, собственных имен, географических названий и прочей информации, авторские материалы не рецензируются и не возвращаются. За содержание рекламы ответственность несет рекламодатель. Мнение редакции не обязательно совпадает с мнением авторов.</p>	<p>Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям</p> <p>Отпечатано с готовых диапозитивов в ОАО «Смоленсктипография» Адрес: г. Смоленск, ул. Маршала Жукова, 16. Тел.: (4812) 39-44-68, Объем 1 печатный лист. Формат А-3</p>	<p>Газета выходит по СРЕДАМ И СУББОТАМ.</p> <p>E-mail: krasnkray@rambler.ru Наш сайт: http://krasnkray.ru/</p>	<p>Тираж 1300 экз. Зак № 7800 Индекс 53947</p>